



アロマクラフトレッスン



アロマセラピーを手軽に♪楽しく♪生活に取り入れましょう

小さな精油の瓶には、香りや自然界のパワーが詰まっています

世界で1つのオリジナルアロマグッズを作ってアロマを身近に感じられることでしょ
う多くの人がアロマセラピーで心身共に健康に、毎日笑顔で過ごせることを願っています

		クラフト
レッスン1	<ul style="list-style-type: none"> ● アロマセラピーとは ● クラフト作り (バスボム) 血行促進で冷え性対策 ● エッセンシャルオイルの紹介 (イランイラン・ユーカリプテ・アータ・ラベンダー) 	☆バスボム
レッスン2	<ul style="list-style-type: none"> ● 精油(エッセンシャルオイル)の基礎知識・選び方・扱い方 ● クラフト作り (化粧水) 肌質別、季節に合わせて若返り!! ● エッセンシャルオイルの紹介 (サンダルウッド・ティートリー・パルマローザ) 	☆化粧水
レッスン3	<ul style="list-style-type: none"> ● 精油(エッセンシャルオイル)の作用とメカニズム ● クラフト作り (保湿クリーム) 乾燥が気になる秋・冬のケアに!! ● エッセンシャルオイルの紹介 (ゼラニウム・フランキンセンス・ローマンカミール) 	☆保湿クリーム
レッスン4	<ul style="list-style-type: none"> ● アロマセラピーの手軽な楽しみ方 ● クラフト作り (アロマ石鹸) 顔にも体にも安心して使える手作り石鹸 ● エッセンシャルオイルの紹介 (パパーミット・フランキンセンス・ニアリ) 	☆アロマ石鹸
レッスン5	<ul style="list-style-type: none"> ● ハウスキーピングにプラスして (洗濯、掃除、衣替えに) ● クラフト作り (オリジナル香水) 自分の好きな香り、求める効果を考えて世界で1つの香水の出来上がり!! ● エッセンシャルオイルの紹介 (ルングスイート・グレープフルーツ・ローズマリー) 	☆オリジナル香水

♥各レッスン後には季節に合わせたハーブティーをご用意致します♥

◎ 定員： 8名様 (お子様連れでも大丈夫です) ※先着順で受付させていただきます。定員になり次第締め切らせて頂きます。
又、定員に満たない場合は開講を延期する場合がございます。

◎日程：全5回 ※欠席したレッスンは次回以降にて参加して頂けます。

◎受講料：15,000-(材料費込) ♥受講料は初回の時にお持ち下さい。 ♥受講後のハーブティー込

◎場所：studio nico 宇都宮市元今泉5丁目5-3 パークイン102号

◎お問い合わせ・お申込 (直接講師につながります。お気軽にお問い合わせ下さい)

TEL 080-5698-7865 e-mail info@nico-yoga.com

☆ 講師紹介：吉田 亜紀 ☆

- ・英国 N.C 認定アロマセラピスト・リフレクソジスト・ベビーマッサージインストラクター
- ・ヨーガライフシステム研究所認定インストラクター
- ・studio yoggy 公認マタニティヨガ・baby&mommy ヨガインストラクター
- ・基礎医学士

アロマクラフトレッスン受講申込書

年 月 日

ふりがな _____ 〒 _____

お名前 _____ ご住所 _____

TEL _____ 携帯 _____ FAX _____

メールアドレス(携帯) _____